

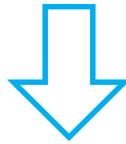
まちづくりの基本目標 1

「だれもが健康で

いきいきと暮らすまち」



「だれもが健康でいきいきと暮らすまち」



【人の健康】

「健康寿命延伸都市・松本」を実現するため、だれもが心も体も健康で、住み慣れた地域で心豊かに暮らすことができるよう、安らぎと潤いのあるまちづくりを進めます。

さらに、まちづくりを実現する具体的な政策は、以下の2つの政策の方向により進めます。

政策の方向 1-1

「健康を大切にするまち」

健康づくりの環境を整備し、住民自らが生涯にわたって健康づくりに取り組み、より長く健康で暮らし続けることができるまちをつくります。

政策の方向 1-2

「いつでも医療が受けられるまち」

安定した医療環境のもと、各医療機関の役割分担と連携を促進し、だれもが、いつでも安心して医療サービスを受けられるまちをつくります。

健康づくりの推進

健康寿命を延伸するため、市民一人ひとりが自分の健康に関心を持ち、生活習慣病や認知症等を予防し、自らの健康づくりに継続的に取り組むことができる社会をめざします

○施策の成果目標

指 標	現 状	計画目標 (H32)	備考
健康寿命*1	男性79.51歳 女性84.21歳 (H25)	延伸	

○現状と課題

超少子高齢型人口減少社会を迎え、生涯を通じ健康でいる期間を長く保つ健康寿命の延伸が重要です。しかしながら、生活様式の多様化やストレスの増加などにより、心身ともに健康を保つことが難しい現状です。

生涯健康でいきいきと暮らすため、市民一人ひとりが自分の健康に関心を持ち、よりよい生活習慣と、病気の予防に心掛ける意識の醸成や環境づくりが課題です。

○現状を示すデータ

健康づくりに継続的に取り組んでいる市民の割合	53.8%
現在、スポーツ（体操や散歩等も含む。）をしている市民の割合（H25）	48.8%
健康を維持するために、自分に適した食事の量とバランスがわかる市民の割合（H24）	57.2%

○施策展開の方針

- ・生涯を通じ健康でいる期間を長く保つため、65歳以上の要介護認定率の低下と若い世代（40歳～64歳）の要介護認定者数の減少を目指し、身近な地域での介護予防や健康学習の取組みなどを進めます。
- ・適切な生活習慣を維持し、自ら進んで健康づくりに取り組めるよう、学校、地域、職場において健康づくりに関する取組みの提案をするとともに、健康について考え、実践できる環境整備を進めます。

○進捗管理指標

指 標	現 状	計画目標 (H32)	備考
介護保険第1号要介護認定率*2	19.5% H32 (推計) 22.4%	推計値の1.3% 減少 21.1% (推計値から -858人)	
脳血管疾患・糖尿病性腎症等や、骨折を伴う骨粗しょう症による介護保険第2号要介護認定者数*3	165人	140人 (15%減少)	
意識してウォーキングをしている人の割合	22.8%	50.0%	

○目標実現に向けた主な役割分担

市民の役割	健康づくりの実践、継続
地域の役割	健康づくりの取組みへの支援
企業の役割	健康づくりの取組みへの支援 健康経営 ^{※4} の推進
行政の役割	健康づくりのための周知啓発、環境整備、取組支援

○目標実現に向けた主な取組み

- ・身近な地域での健康づくりの推進
- ・生活習慣病予防対策・こどもの生活習慣改善の推進
- ・身体活動維持向上事業の推進
- ・各種検（健）診、重症化予防の推進
- ・食育の推進
- ・健康経営の啓発
- ・ソーシャルキャピタル^{※5}向上への支援

○関連する市の計画等

- ・松本市健康づくり計画「スマイルライフ松本21」
- ・松本市食育推進計画「すこやか食プランまつもと」
- ・松本市国民健康保険特定健康診査等実施計画
- ・松本市国民健康保険保健事業実施計画
- ・松本市介護保険事業計画・高齢者福祉計画「安心・いきいきプラン松本」
- ・松本市スポーツ推進計画
- ・松本市教育振興基本計画（松本市教育大綱）

○所管する主な部局

- ・健康福祉部 ・文化スポーツ部 ・教育部

●用語解説

※1 健康寿命

健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間です。（WHO定義）
（厚生労働省「健康寿命の算定方法の指針」に基づき介護保険データを用いて算定）

※2 介護保険第1号要介護認定率

65歳以上の高齢者数に占める要介護認定を受けた者の割合です。

※3 介護保険第2号要介護認定者

40歳～64歳で国が定める疾病等により要介護認定を受けた者をいいます。

※4 健康経営

従業員が健康的に、安全・安心して就労できる職場づくりのことです。

※5 ソーシャルキャピタル

基本施策 1-1-3 用語解説参照



地域でのウォーキングによる健康教室

心の健康づくりの推進

心の健康を維持し、住み慣れた地域でいきいきと過ごすことができる環境をめざします

○施策の成果目標

指 標	現 状	計画目標 (H32)	備考
年間自殺者数	61人	各年代での減少	

○現状と課題

貧困、病気、仕事など、現代社会は、悩みやストレスを抱える人が増えていますが、核家族化や単身世帯の増加などにより、身近な家族等からの支援が期待できない現状にあります。また、本市の自殺者の傾向として、特に若い世代や働く世代が多い状況です。

このため、地域社会の中で、不安やストレス等の悩みを抱えた方を孤立させない環境づくりが課題です。

○現状を示すデータ

経済的に困った人が地域で孤立しないような声かけや見守りをしている市民の割合	5.6%
継続的に悩みやストレスを感じている人の割合 (H21)	52.1%

○施策展開の方針

- ・不安や悩みを抱えた人が、気軽に相談できる窓口を積極的に周知するとともに、悩みを抱えた人が孤立しないよう、身近な地域での見守り体制を充実し、安心して暮らせるまちづくりを支援します。
- ・ハイリスクグループ^{*1}の分析を行い、関係機関と連携し、いのちの大切さやこころの健康づくりに対する重点的な教育・啓発、支援に取り組みます。

○進捗管理指標

指 標	現 状	計画目標 (H32)	備考
気づき・見守るための地域支援者の育成	1,617人	2,400人	現在は、健康づくり推進員+民生委員⇒+町会長
自殺予防専用相談「いのちのきずな松本」で直接支援に結びついた相談の割合	18%	25%	1%/年の増加
子どもの権利相談室「こころの鈴」 ^{**2} を知っている子どもの割合	19.1% (H25)	70%	10%/年の増加

○目標実現に向けた主な役割分担

市民の役割	いのちの大切さを理解する、心の健康づくりの実践
地域の役割	身近な人の気づき・見守りなど、安心して暮らせる地域づくり
企業の役割	メンタルヘルス、ワーク・ライフ・バランスの推進
行政の役割	心の健康づくりに関する教育・啓発の推進、相談体制の充実

○目標実現に向けた主な取組み

- ・ハイリスクグループの分析、対応等
- ・ライフステージを通じた啓発
- ・妊娠期からの親子の愛着形成
- ・相談体制の充実
- ・行政、民間、地域等の連携体制の強化

○関連する市の計画等

- ・松本市自殺予防対策推進計画
- ・松本市健康づくり計画「スマイルライフ松本21」
- ・松本市地域福祉計画
- ・松本市子どもにやさしいまちづくり推進計画
- ・松本市子ども・子育て支援事業計画
- ・松本市教育振興基本計画（松本市教育大綱）

○所管する主な部局

- ・健康福祉部
- ・こども部
- ・教育部

●用語解説

※1 ハイリスクグループ

統計的にみて、自殺の危険性が高いグループのことです。

※2 子どもの権利相談室「こころの鈴」

子どもの権利侵害に対して、速やかで効果的な救済に取り組み、回復を支援するなど、子どもの権利擁護に必要な支援を行うことを目的として設置した相談室です。



いのちのきずな松本

ソーシャルキャピタルを生かした健康づくり

市民一人ひとりがまちづくりや絆で結ばれた地域での助け合い活動に積極的に参加し、生きがいを持って暮らしていくことなどの新たな健康観を基盤とする健康づくりに取り組みます

○施策の成果目標

指 標	現 状	計画目標 (H32)	備考
地域で行われている活動やボランティア活動に参加している市民の割合	31.6%	35.0%	

○現状と課題

人と人との絆や地域における信頼関係等を意味する「ソーシャルキャピタル^{*1}」を豊かにしていくことは、市民の健康増進にもプラスの効果があると注目されています。

自ら積極的に社会参加すること、生きがいを感じて生活すること、地域の人と信頼関係をつくること、友人関係を豊かにし、人と交流することなど、「ソーシャルキャピタルを生かした健康づくり」は、本市の健康増進施策として、効果等の調査・検討も含め、新たな課題です。

○現状を示すデータ

地域の人と積極的な関わりをもっている市民の割合	48.8%
地域で行われる活動やボランティア活動に参加している	31.6%
生きがいがあると思っている人の割合 (元気高齢者)	87.3%
身近な地域での住民活動等に参加している頻度 (元気高齢者)	月1回以上 15.3%

○施策展開の方針

- ・「ソーシャルキャピタルを生かした健康づくり」の考え方を取り入れ、公民館や福祉ひろばなどを活用した生涯学習や様々なまちづくりを通じて、仲間づくりや生きがいづくりをより一層積極的に進めます。
- ・誰もが社会参加しやすい環境の整備を進めるとともに、体験したこと、趣味や仕事で培った能力を社会に還元できる仕組みづくりに取り組みます。
- ・各地区においては、地域づくり協議会等と連携し、共に助け合う地域づくりの担い手を育成し、地域づくりセンターの職員と地域住民とをつなぐ役割を強化します。

○進捗管理指標

指 標	現 状	計画目標 (H32)	備考
学習活動団体と地域との共催事業数	7 事業	20事業	H27中央公民館分
生涯学習団体登録数	3,168団体	3,200団体	
生涯学習支援指導者登録者数	221人	250人	
外出の回数が昨年度と同程度以上の人の割合	73.4%	81.4%	
人材育成講座 ^{*2} (リーダー育成) 受講者	0 人	250人	

○目標実現に向けた主な役割分担

市民の役割	社会活動への積極的な関わり、自らの生きがいづくり
地域・企業の役割	社会活動へ関わるができる場や環境づくり
行政の役割	市民の社会参加活動の支援

○目標実現に向けた主な取組み

- ・ソーシャルキャピタルを生かした健康づくりの効果等の調査・研究
- ・サークル等関連団体の活動支援
- ・生涯学習やまちづくりを通じた生きがいづくり支援
- ・社会参加に対するきっかけづくりと相談等の環境整備
- ・民間事業者等との連携による就労支援
- ・住民等が主体となる互助・共助の仕組みづくり

○関連する市の計画等

- ・松本市介護保険事業計画・高齢者福祉計画「安心・いきいきプラン松本」
- ・松本市地域福祉計画
- ・市民活動と協働を推進するための基本指針
- ・松本市教育振興基本計画（松本市教育大綱）

○所管する主な部局

- ・地域づくり部
- ・健康福祉部
- ・教育部

●用語解説

※1 ソーシャルキャピタル

人々が持つ信頼関係や人間関係のことで、「社会関係資本」ともいいます。ソーシャルキャピタルの考え方は、本市が公民館や福祉ひろば等の活動を通じて、地域の絆づくりや信頼関係の構築を進めてきたことと重なり、地域づくりの原動力としてきた「自治力、連帯力、教育力、文化力を総合した地域力」とも合致するものです。

※2 人材育成講座

高齢者が担い手となり、身近な場所に住民主体の通いの場等を立ち上げるための人材を育成するものです。



松本山雅FCとの「元気育成・健康増進プログラム」



地域で自然保護活動

地域医療の充実

日常生活において、必要なときに必要な医療サービスを受けることができるよう地域に密着した医療の充実をめざします

○施策の成果目標

指 標	現 状	計画目標 (H32)	備考
日常生活において、必要な医療を受けることができると思う市民の割合	90.1%	現状維持	

○現状と課題

松本市は、病院、診療所、医師など比較的医療資源に恵まれており、地域において質、量ともに充実した医療が提供されています。今後も超高齢社会に対応し、地域における効率的かつ効果的な医療提供体制を維持していくためには、医療機関が機能分化と連携を図るほか、市民理解の醸成が課題です。

また、地域医療^{*1}の基幹的な役割を担う市立の病院、医療資源の少ない地区を担う市立の診療所については、持続的な地域医療の提供が課題です。

○現状を示すデータ

医療施設の数	病院17	一般診療所235	歯科診療所141
(うち市立の医療施設)	病院 2	一般診療所 6	歯科診療所 2
医師数	松本市 1,234人	松本医療圏 1,563人	

○施策展開の方針

- ・ 持続可能な地域医療体制を維持していくため、松本市医師会、松本市歯科医師会、松本薬剤師会等との連携により、本市の地域医療の現状を周知し、かかりつけ医・かかりつけ歯科医・かかりつけ薬局を持つことを啓発します。
- ・ 市立の施設については、公的医療機関として果たすべき役割と機能を提供できるよう、従事する医師、医療従事者の安定的確保と、医療機関との連携を促進します。
- ・ 中長期的な展望に立った市立の医療施設の改築や施設整備を進めます。

○進捗管理指標

指 標	現 状	計画目標 (H32)	備考
かかりつけ医療機関を持っている割合 (高齢者)	89.8%	92.3%	
松本市立病院の移転改築着手	将来構想策定	建設工事着手	
医療不足地域における医療提供	市営診療所の運営	市営診療所の運営継続	

○目標実現に向けた主な役割分担

市民の役割	かかりつけ医療機関等を持ち、適切な受診
地域の役割	地域で支え合う意識の醸成
医療機関の役割	機能分化・連携、適切な医療の提供 医療従事者の確保・育成
行政の役割	市立医療機関の運営、適切な医療情報の提供などの環境整備

○目標実現に向けた主な取組み

- ・ 地域医療（へき地医療^{※2}）事業
- ・ 病院事業（医療提供）
- ・ 新公立病院改革プラン^{※3}の策定
- ・ 市立病院の改築

○関連する市の計画等

※計画等はありません。

○所管する主な部局

- ・ 健康福祉部
- ・ 病院局

●用語解説

※1 地域医療

地域医療とは、様々に使われる言葉ですが、本書では、「いつでも、だれでも、日常の生活において、必要なときに、必要な一定水準の医療サービスを受けることができる環境」という意味合いと、さらに「医療を通じて住民自治を推進し、よりよい地域社会を築いていこうという活動全般」という意味合いを含んでいます。

※2 へき地医療

山間部などの交通・通信の不便な地域で中心的な場所を起点として、概ね半径4キロメートル区域内に人口50人以上が居住している地区であって、かつ、容易に医療機関を利用することができない地区などに医療を提供する取組みのことです。

※3 新公立病院改革プラン

「経営の効率化」、「再編・ネットワーク化」、「経営形態の見直し」及び「地域医療構想（都道府県が策定する）を踏まえた役割の明確化」の4つの視点から、公立病院の効率的で持続可能な経営のため、地方公共団体が策定します。



診療の様子（市立病院）

救急医療・周産期医療の充実

夜間・休日などの緊急時の救急医療及び妊娠中や出産後の母子が安心して受診できる周産期医療の充実をめざします

○施策の成果目標

指 標	現 状	計画目標 (H32)	備考
夜間、休日時に必要な医療を受けることができると思う市民の割合	80.1%	83.0%	

○現状と課題

松本医療圏では、在宅当番医制や小児科・内科夜間急病センター、病院群輪番制及び救命救急センターによる救急医療^{*1}体制が確立されていますが、医療従事者の負担軽減や、一層の病診・病病連携^{*2}が課題となっています。

また、周産期医療体制^{*3}については、松本地域出産・子育て安心ネットワーク事業^{*4}の取組みにより、市民が、安全・安心に出産・子育てができる体制を維持・継続することが課題です。

○現状を示すデータ

小児科・内科夜間急病センター受診者数	10,002人／年
病院群輪番制参加病院	8病院（松本医療圏9病院）
松本地域出産・子育て安心ネットワーク事業の参加医療機関	分娩医療機関5、健診医療機関17

○施策展開の方針

- ・かかりつけ医の必要性を啓発し、適切な受診を促すことにより、救急医療機関の過度な負担の軽減を図り、緊急時に安心して適切な医療が受けられる体制を維持します。
- ・松本地域出産・子育て安心ネットワーク事業による周産期医療体制の周知を図るとともに、事業の充実について松本医療圏全体で検討します。

○進捗管理指標

指 標	現 状	計画目標 (H32)	備考
かかりつけ医療機関を持っている割合（高齢者）	89.8%	92.3%	
松本医療圏の救急医療体制	整備済み	維持	
松本医療圏の分娩の受入れ環境	分娩数 3,554人	分娩受入れ 環境の維持	

○目標実現に向けた主な役割分担

市民の役割	かかりつけの医療機関等を持ち、適切な受診
地域の役割	地域で支え合う意識の醸成
医療機関の役割	より良い医療を提供できる環境整備、医療従事者の確保・育成 救急診療体制の維持
行政の役割	適切な医療情報の提供、環境整備

○目標実現に向けた主な取組み

- ・ 救急医療事業
- ・ 病院群輪番制病院運営事業
- ・ 小児（救急）医療事業
- ・ 松本地域出産・子育て安心ネットワーク事業
- ・ 小児科・内科夜間急病センター事業
- ・ 自動体外式除細動器（AED）設置事業
- ・ 周産期医療事業

○関連する市の計画等

※計画等はありません。

○所管する主な部局

- ・ 健康福祉部
- ・ 病院局

●用語解説

※ 1 救急医療

松本市では、医師会等の協力の下に、平日・休日の夜間及び休日の昼間における初期救急として在宅当番医体制、二次救急として病院群輪番制（松本広域圏9病院）及び三次救急の体制が確立されています。また、小児科・内科夜間急病センターを運営して、二次救急医療機関の負担軽減を図るとともに、適切な受診につながる子育て支援講座を開催しています。

※ 2 病診・病病連携

地域全体が有する医療資源を最大限に活用するために、公的・民間を含めた地域の病院・診療所の連携を図り、その地域に必要な医療提供体制の確保を図ることで。

※ 3 周産期医療

周産期（妊娠期22週又は胎児の体重が1,000グラムに達したときから出生後1週間までとその前後の期間）の母子に対応するための産科と小児科を統合した医療のことです。

※ 4 松本地域出産・子育て安心ネットワーク事業

産科医療体制の崩壊を食い止める緊急避難措置として、病院産科医師の負担軽減と離職防止のため、病院・診療所の連携体制の構築、共通診療ノートの作成及び配布、連携強化病院従事医師への研究奨励金の支給等に取り組んでいるものです。



子どもの急病・子育て支援講座